EQUAL GROUND

நான் ஒரு இருபால் இனச் சேர்க்கையாளனாக இருக்கக் கூடும்

இளம் சமூகத்திற்கான ஒரு தகவல் நூல்

நான் இருபால் சேர்க்கையாளராக இருக்கலாம்... என்பது இலங்கையின் கொழும்பு பகுதியில் அமையப்பட்டுள்ள ஈகுவல் கிரவுண்டினது வெளியீடாகும், இதனை கல்வி நோக்கத்திற்காக மட்டுமே மீழ் வெளியிட அனுமதிக்கலாம். வருமான நோக்கிற்காக மீழ் வெளியீடுகளை விற்கத்தடையாகும். இவ்வெளீயிட்டின் பகுதிகள் பயன்படுத்தப்பட்டால் முழுமையான சான்று வழுங்கப்பட வேண்டும். எந்த ஒரு மீழ் வெளியீட்டுக்காகவும் எழுத்து மூலமான அனுமதியை ஈகுவல் கிரவுண்டிற்கு சமர்ப்பித்தல் அவசியமாகும்.

இருபால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடல் என்பது எதைக் குறிக்கின்றது?

ஒரு இருபால் இனச் சேர்க்கையாளர் எனும் நபர் ஆனவர், பௌதிக ரீதியாக, உணர்வுபூர்வமாக, மற்றும் / அல்லது ஆன்மீக ரீதியாக ஆண் பாலார் மற்றும் பெண் பாலார் ஆகிய இரு தரப்பினர் மீதும் ஈர்க்கப் பட்ட நபர் ஆவார். இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடக் கூடிய நபர்கள் எந்தப் பால் இனத்தையும் சேர்ந்த மக்கள் மீதும் அன்பு செலுத்தக் கூடியவர்கள் ஆவர். இது ஆண் பாலார் மற்றும் பெண் பாலார் ஆகிய இரு தரப்பினருடனும் உறவு நிலைகளை உருவாக்கிக் கொள்வதற்கான பௌதிக, பாலியல், மற்றும் உணர்ச்சி மய ஈர்ப்புகளை உள்ளடக்கும். ஒருவருடைய ஆயுள் காலம் முழுமையிலும், ஒரு இருபால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடும் நபர் ஆனவர் ஆண் மற்றும் பெண் ஆகிய இரு பாலாரிடமும் சம அளவில் அல்லது ஒரு பால் இனத்தை விட இன்னொன்றில் அதிக அளவில் ஈர்க்கப்படக் கூடியவர் ஆவார்.

எதிர்ப் பால் விரும்பிகள் மற்றும் சுய பால் விரும்பிகள் போன்றவர்களைப் போல, இந்த ஈர்ப்பின் உறுதிப்பாடுகள் ஆனவையும் காலத்திற்குக் காலம் மாற்றம் அடையக் கூடும். இருபால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடுதல் என்பது ஒருவருடைய வாழ்க்கைப் பாணியினையோ அல்லது பாலியல் நடத்தையையோ குறிப்பிடாது என்பதைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும். எதிர்ப் பால் விரும்பிகள் மற்றும் சுய பால் விரும்பிகள் போன்றவர்களைப் போல, இரு பால் இன உறவு கொள்ளும் நபர்கள் ஒரு தார மணம் புரிந்தவர்களாக இருக்கக் கூடும். அல்லது மிதமிஞ்சியவன்னம் இல்லாமல் இருக்கக் கூடும். அல்லது பல பால்நிலைத் துணைவர்களைக் கொண்டவர்களாக இருக்கக் கூடும்.

பல நபர்கள் இருபால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபட்டு உள்ளனர். அத்துடன், இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடுதல் என்பது இனம் / இன அடையாளம் , பால் நிலை, வயது, வகுப்பு, திறன், மற்றும் இணைந்துள்ள மதம் ஆகிய எவற்றையுமே கருத்திற் கொள்ளாது தாண்டிச் செல்வது ஆகும். நீங்கள் தனியானவர்களாக இல்லை. இந்த இலங்கை நாட்டில் அவர்களை அடையாளம் காண்பது அவ்வளவு எளிதானதாக இல்லா விட்டாலும் கூட, நீங்கள் இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடும் நபர்களை காண விரும்பினால் நீங்கள் செல்லும் இடங்களில் எல்லாம் அவர்களைக் காணலாம்.

நான் இருபால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடும் ஆர்வம் கொண்டவனா என்பதை எவ்வாறு அறியலாம்?

முதலில் இங்கே பல குழப்பங்கள் நிலவி வருகின்றன. இலங்கை சமுதாயம் ஆனது, மக்கள் ஒரு வழியில் மட்டுமே இருக்கலாம் (நேரானது) அல்லது இருபால் இனச் சேர்க்கை ஆனது ஒரு நிலை அல்லது ஒரு பகுதி என கற்பிக்கின்றது. அத்துடன் அந்தப் பாதையில் ஒருவர் நீண்ட காலத்திற்கு இருப்பது இல்லை. ஆனால், குழப்பங்களைக் கடந்த பின்னர், உங்கள் நண்பர்கள் நேரான வழியில் உள்ளதாக அறிந்திருப்பதைப் போலவே, நீங்கள் இருபால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடு பட ஆர்வம் கொண்ட ஒருவர் என்பதை நீங்கள் மிக உறுதியாக அறிவீர்கள்.

நான் இருபால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு உள்ளவர் என்பதை நான் அறிவேன். ஏனெனில் நான் எப்போதும் ஆண் பாலார் மற்றும் பெண் பாலார் ஆகிய இரு தரப்பினரிடமும் சமமாக ஈர்ப்புடையவராக இருந்திருக்கிறேன். ஒரு பால் இனத்தில் மட்டும் ஈர்ப்புக் கொண்டவராக நான் எப்போதுமே இருந்தது கிடையாது.
ஷ.்.ப்னி, 20.

நான் ஆண் பாலார் மற்றும் பெண் பாலார் ஆகிய இரு தரப்பினரையுமே விரும்புகின்றேன் அத்துடன் இவ் இரு பால் இனத்தவர்களிடமும் நான் ஈர்ப்புக் கொண்டு உள்ளேன். ஆகையால், நான் இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஆர்வம் கொண்டவன் என நினைக்கின்றேன். அத்துடன் நான் கொண்டிருக்கும் உணர்ச்சிகளுடன் எனக்கு எவ்விதப் பிரச்சனையும் இல்லை.
சண்டி, 21

உங்களுடைய பால் நிலைத் தன்மையினை தீர்மானித்தல் குழப்பம் மிகுந்ததாக இருக்கக் கூடும். இலங்கையில் உள்ளவர்களான, சுய பால் விரும்பிகள் அல்லது இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஆர்வம் உள்ளவர்கள் என்ற இருவகைக்குள்ளும் அடங்காத, எதிர்ப் பால் விரும்பிகளாக இருக்கின்ற இளம் நபர்கள் தம்மை தீர்மானிப்பதைத் தேர்ந்து எடுப்பதில் பல வகையான அழுத்தங்களுக்கு உள்ளாவதை உணர்கின்றார்கள்.

நீங்கள், எதிர்ப் பால் இன விரும்பி எனும் பிரிவில் பொருந்த முடியாதவர் என்பதை நீங்கள் உணரக் கூடும். இந்த நாட்டில் பாலின விருப்பப் “பெயர்” ஒன்றுக்கு உள் பொருந்திக் கொள்வது சிரமமானது. உங்களுடைய சொந்த பால் இனத்தவர்கள் மீதும் மற்றும் பிற பால் இனத்தவர்கள் மீதும் பாலியல் உணர்வுகள் எழுவதையும் நீங்கள் ‘காம வயப் படுவதையும்’ நீங்கள் ஒரு வேளை கவனித்திருக்கலாம். இந்த உணர்ச்சிகள், நீங்கள் உங்களை இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஆர்வம் உள்ளவராக அடையாளம் காணக் கூடும் என்பதை குறிக்கலாம். இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடும் ஆர்வம் என்பதற்கு எந்த ஒரு சோதனை முறையும் இல்லை.

இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் விருப்பு உடைய ஒருவர், பல ஆண்டுகளாக நீடித்து வருகின்ற ஒரு அர்ப்பணித்த உறவு நிலையினைக் கொண்டிருக்கக் கூடும். இரு பால் இனச் சேர்க்கை உறவில் ஆர்வம் உள்ள பல நபர்கள் பாலியல் உறவு இன்றியே இருக்கின்றார்கள் அல்லது ஒரு பாலாருடனேயே உறவு பூண்டு உள்ளார்கள்˙ ஆயினும் அவர்கள் தங்களை இரு பால் இன சேர்க்கையில் ஈடுபட ஆர்வம் உள்ளவர்களாகவே கருதி வருகின்றனர்.

சில நபர்கள் தமது சொந்த பால் இனத்தவருடன் உறவு நிலைகளை வைத்திருக்கின்றனர். அத்துடன், பிற பால் இனத்தைச் சேர்ந்தவர்களுடனும் உறவு நிலை கொண்டுள்ளனர். ஆன போதும் அவர்கள் தங்களை இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு உள்ளோர் என தம்மை அடையாளம் காண்பது இல்லை. எது உங்களை சௌகரியமாக இருக்க வைக்கிறது மற்றும் நீங்கள் உங்களை எவ்வாறு கருதுகிறீர்கள் என்பதிலுமே இவை அனைத்தும் தங்கியுள்ளது. உறுதியாக உங்களுக்கு தெரியாமல் இருப்பதை இட்டு கவலைப் பட வேண்டாம். பாலியல் ஆர்வம் ஆனது காலத்தின் போக்கில் தான் அபிவிருத்தி அடையும். அத்துடன், எந்த ஒரு குறிப்பிட்ட வழியிலும் உங்களை அடையாளப் படுத்திக் கொள்வதில் நீங்கள் எந்த அழுத்தத்தையும் அடையத் தேவை இல்லை.

நான் சாதாரண நிலையில் தானா உள்ளேன்?

நீங்கள் சாதாரண நிலையில் தான் உள்ளீர்கள். பாலியல் ஆர்வம் என்பது ஒவ்வொரு நபரையும் ஒரு தனி ஆளாக ஆக்குகின்ற இன்னொரு பகுதி ஆகும்.

இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு கொண்டு இருத்தல் என்பது மிகவும் சாதாரணமானது ஆகும்.

நான் நினைக்கின்றேன் இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடுதல் என்பது இன்றைய நாட்களில் ஒரு சாதாரணமான விடயம் ஆகிவிட்டது. ஆதலால், நான் நினைக்கிறேன் நான் ஒரு சாதாரண நபர். நான் தற்போது உள்ள வழியில் இருப்பதில் எவ் வகையான தவறும் இல்லை என்றே நினைக்கின்றேன்.
மயூரி, 19

நான் உணர்வதில் எவ் வகையான தவறும் இல்லை என்றே நான் நினைக்கின்றேன். ஆண் பாலார் மற்றும் பெண் பாலார் ஆகிய இரு தரப்பினர் மீதும் என்னிடம் உணர்ச்சிகள் உள்ளன இந்த நிலை ஆனது சாதாரன நிலைக்குக் கீழாக என்னை ஆக்கும் என நான் நினைக்கவில்லை.
நளின், 21

ஆம். சில நபர்கள் இருபால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாட்டுடன் இருப்பது முற்றிலுமாக இயற்கையானதே. அத்துடன், அவர்கள் ஒவ்வொரு பால் இனத்தைச் சேர்ந்த நபர்கள் மீதும் ஈர்க்கப்படுவர். பெண் பாலார் மற்றும் ஆண் பாலார் ஆகியோர் மீதான பாலியல் உணர்ச்சிகள் முற்றிலும் இயற்கையானது என்பதுடன் அந்த நிலை இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு கொண்டவர்களுக்கு இயல்பானதாகும். இலங்கையில், இரு பால் இனச் சேர்க்கை நிலையினை சமூகம் ஏற்கவில்லை அல்லது ஊக்கப்படுத்தவில்லை, அத்துடன் அந்த நிலையால் இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு கொண்ட நபர்களுக்கு தம் பாலியல் உறவு ஆர்வத்தை ஏற்கச் செய்வதில் சிரமத்தை ஏற்படுத்தினாலும் சாதாரண நேர் நபர்களைப் போலவே நீங்கள் முற்றிலும் சாதாரணமானவரே.

இருபால் இனச் சேர்க்கையில் இருத்தல் என்றால் என்ன?

நான் அனைத்து எதிர்மறை எண்ணங்களையும் தடை செய்து விட்டேன் அத்துடன் நேர்மறை எண்ணங்களில் என் கவனத்தை ஆழச் செலுத்தி வருகின்றேன். என்னால் முடிந்த அளவு மகிழ்ச்சியாக வாழ்வதற்கு இயன்ற அளவு முயல்கின்றேன். இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபட்டு இருப்பது உண்மையிலேயே நிறைய சுவாரசியங்களைக் கொண்டுள்ளது!
கயல், 22

எனது வாழ்க்கையை நான் மகிழ்ச்சியாக வாழ்கின்றேன். பிரபல்யம் வாய்ந்தவர்கள் போன்ற பிற இரு பால் இனச் சேர்க்கையாளர்கள் புத்தகங்களையும் இதழ்களையும் வாசிப்பதால் நான் அறிவைப் பெற முயற்சிக்கின்றேன். நான் நினைப்பது என்னவென்றால் அவர்களில் பெரும்பான்மையானோர் மகிழ்வான வாழ்வை வாழ்ந்தார்கள் என்பது தான். இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு கொண்ட ஒருவராக எனது வாழ்வினை இனிமை மிகுந்ததாக முன்னெடுத்துச் செல்வதற்கு நான் முயல்கின்றேன்.
நிஷான், 19

இருபால் இனச் சேர்க்கை ஈடுபாட்டுடன் எந்த ஒரு குறித்த வாழ்க்கைப் பாணியும் ஒன்றிணைந்து இருக்கவில்லை. இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஆர்வம் கொண்டோர் அனைத்து வடிவங்கள் மற்றும் அளவுகள் மற்றும் அனைத்துப் பிரிவுகளையும் சேர்ந்த தொழில்களில் இருந்தும் அனைத்து வகையான கல்வி மட்டங்களில் இருந்தும் வருகின்றனர் என்பது குறிப்பிடத் தக்கது. இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு கொண்டவர்கள் சில வேளைகளில் உறவு நிலைகளைக் கொண்டிருப்பர். அதே வேளை உறவு நிலை அற்றும் இருப்பர்.

உங்கள் பாலியல் உணர்வு வெளிப்பாடானது, நீங்கள் யார் என்பதிலோ, அல்லது நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்பதிலோ தீர்மானிக்கப்படுவது இல்லை. இரு பால் இனச் சேர்க்கை ஈடுபாட்டுடன் எந்த ஒரு குறித்த வாழ்க்கைப் பாணியும் ஒன்றிணைந்து இருக்கவில்லை. அத்துடன், ஒவ்வொரு தனி நபருக்கும் அநுபவமானது வேறுபட்டு இருக்கக் கூடும். பிறரைப் போன்று இரு பால் இனச் சேர்க்கை ஈடுபாடு கொண்டவர்களும் பாலியல் உறவு நிலைகள் கொண்டிருப்பதும், பாலியல் உறவு நிலைகள் அற்று இருப்பதும் நடக்கக் கூடியதாகும்.

இருபால் இனச் சேர்க்கை ஈடுபாடானது இலங்கையில் ஏற்றுக் கொள்ளப்படாத ஒன்றாகும். ஆகையால், நீங்கள் பாரபட்சம் காட்டும் நிலையால் துன்பத்தை அநுபவிக்கக் கூடும் அல்லது, தவறாகப் புரிந்து கொள்ளப்படுதல் மற்றும் முன் முடிவு ஆகியவற்றால் துன்பம் அடையக் கூடும். அதனால் இரு பால் இனச் சேர்க்கை ஈடுபாட்டுடன் இருப்பது சிரமானதாக இருக்கக் கூடும். இலங்கையில் கொழும்பில் உள்ள ஈக்குவல் கிரவுண்ட் போன்ற அமைப்புகள் இரு பால் இனச் சேர்க்கை ஈடுபாடு கொண்டோர் உரிமைகளுக்காக பணியாற்றுகின்றன அத்துடன் இரு பால் இனச் சேர்க்கை ஈடுபாடு மற்றும் இரு பால் இனச் சேர்க்கை ஈடுபாடு கொண்டோர் மீதான தவறான புரிந்துணர்வை குறைக்க முயற்ச்சிக்கின்றன.

எவ்வாறு நான் எச். ஐ. வி. மற்றும் பிற எஸ். டி. ஐ. க்களைத் தவிர்த்துக் கொள்வது மற்றும் விரும்பி இலக்கு வைக்காத கர்ப்பந் தரிப்பில் சம்பந்தப் படுதலில் இருந்து எவ்வாறு தவிர்த்துக் கொள்வது ?

பாலியல் உறவுச் செயற்பாடுகளில் இருந்து விலகி இருத்தல் ஆனது விரும்பி இலக்கு வைக்காத கர்ப்பந் தரிப்பில் சம்பந்தப் படுதல், எச். ஐ. வி. மற்றும் பிற எஸ். டி. ஐ. க்கள் ஆகியவற்றை தவிர்த்துக் கொள்ள உபயோகிக்கக் கூடிய உறுதியான வழி ஆகும். ஆண் பாலார் விரும்பிகள், நேரானோர் அல்லது இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஆர்வம் உள்ளோர் ஆகிய பல இளைஞர்கள் தமது ஈர்ப்பினை வெளிப்படுத்த பாலியல் உறவைத் தவிர்த்து, கட்டி அணைத்தல், முத்தமிடல், உரையாடல் மற்றும் குறுந்தகவல் அனுப்பல் ஆகிய முறையிலான நடவடிக்கைகளைக் தெரிவு செய்து கொள்கின்றார்கள்.

நீங்கள் பாலியல் உறவுச் செயற்பாட்டினை தெரிவு செய்யப் போவதாக இருப்பின், நீங்கள் அதற்குப் பொறுப்பேற்க வேண்டும். அத்துடன் உங்களை நீங்களே பாதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டும் மற்றும் உங்கள் துணைவரையும் பாதுகாத்துக் கொள்ள வேண்டும். உறவுநிலைகளில் உள்ள நபர்களின் பால் நிலைகளின் அடிப்படையில், நீங்கள் பரிசீலனை செய்ய வேண்டிய பல விடயங்கள் உள்ளன:

பெண் மற்றும் பெண் - எச். ஐ. வி / எஸ். டி. ஐ கடத்துகை எனும் அபாயத்தைக் குறைக்க ஒரு தடையினை (ஒரு டெண்டல் டாம், லடெக்ஸ் க்ளொவ்ஸ் அல்லது பிளாஸ்டிக் ரப் போன்றவை ஆகும்) உபயோகிக்க வேண்டும்.

பெண் மற்றும் ஆண் - எச். ஐ. வி. கடத்தல் மற்றும் கர்ப்பம் தரிப்பு ஆகிய அபாயங்களை குறைக்க குதப் புணர்வு, வாய்வழிப் புணர்வு மற்றும் பெண்ணுறுப்பு வழிப் புணர்வு ஆகிய ஒவ்வொரு செயற்பாட்டிலும் ஒரு ஆணுறையினை உபயோகியுங்கள். மிகச் சிறந்த முடிவுகளுக்கு பிறப்புக் கட்டுப்பாட்டு முறைமையின் இன்னொரு வடிவத்தை மற்றும் ஒரு ஆணுறையினை உபயோகியுங்கள்.

ஆண் மற்றும் ஆண் - பாலியல் உறவுச் செயற்பாட்டின் ஒவ்வொரு நடவடிக்கையிலும் ஒரு ஆணுறையினை உபயோகிப்பதோடு கணிசமான அளவு உராய்வு நீக்கிப் பதார்த்தத்தையும் உபயோகிக்க வேண்டும். பாலியல் உறவுச் செயற்பாட்டின் போது ஒரு ஆணுறையை உபயோகிப்பது நலம் ஆகும். எந்தவொரு பாலியல் உறவு நிலைகளிலும் எப்போதும் நீர் அடிப்படையான உராய்வு நீக்கிப் பதார்த்தங்களையும் ஆண் உறையையும் உபயோகிக்க மறக்க வேண்டாம். எண்ணை அடிப்படையிலான உராய்வு நீக்கிகள் லடெக்ஸ் (ஆணுறைகள் செய்யப்படும் பொருள்) இனை உடைக்கக் கூடும். இரத்தமும் இரத்தமும் சந்திக்கும் தொடர்பு ஆனது எச். ஐ. வி. இனை கடத்துகை செய்யும் நேரடியான வழி ஆகும். கருவிகளைப் பகிர்வது அல்லது போதைப் பொருட்களை உள்ளெடுப்பதற்கான குச்சிகள், மருந்துகளை உட்கொள்வது அல்லது உடலில் துளை இடல் அல்லது உடலில் டட்டூ இடல் ஆகியவை அபாயகரமானவை ஆகும். ஏனெனில் உபயோகிக்கப்பட்ட கருவிகள் அல்லது குச்சிகளில் இரத்தம் எஞ்சி இருக்கக் கூடும். எப்போதும் புதிய குச்சிகளை மற்றும் பிற உபகரணங்களை உபயோகியுங்கள். அல்லது குச்சிகள் மற்றும் உபகரணங்களை பல தடவை ப்ளீச்சில் நனைத்து பின் நீரால் கழுவி நன்கு சுத்தம் செய்து பயன் படுத்துங்கள்.

என்னை விரும்புவதை நான் கற்றுக்கொள்வது எவ்வாறு?

நீங்கள் விசேடமானவர் என்பதை உணருங்கள். நீங்கள் உலக நியமங்களில் இருந்து விலகிய தன்மை கொண்டவர் அல்ல. உங்களைச் சூழ உங்களை ஆதரிக்கும் நபர்களை வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

நீங்கள் நீங்களாக இருப்பதே நீங்கள் உங்களை விரும்பச் செய்வதற்கான ஒரே வழி ஆகும். பிற நபர்களின் சகிப்பின்மை ஆனது உங்களைப் பற்றி நீங்களே குறைவாக நினைக்கும் நிலைக்கு இட்டுச் செல்வதற்கு அனுமதிக்க வேண்டாம்.

இருபால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடல் என்பது எதைக் குறிக்கின்றது?

இலங்கையில், ஈக்குவல் கிரவுண்ட் ஆனது பெண் - தன் இனச் சேர்க்கையில் ஈடு பாடு உள்ளோர், ஆண் - தன் இனச் சேர்க்கையில் ஈடு பாடு உள்ளோர், இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு உள்ளோர், பால் மாற்றம் பெற்றோர் மற்றும் உள் பாலியல் உறவு மற்றும் கேள்வி விடுக்கும் (எல். ஜி. பி. டி. ஐ. க்யூ.) சமூகம் ஆகியவர்களுக்காக தெளிவு படுத்தல் கல்வி நிகழ்ச்சிகளை முன்னெடுக்கின்றது. www.equal-ground.org எனும் எமது இணையத்தளத்திற்குச் செல்வதன் மூலமாக, அல்லது / பேஸ்புக்கில் எமது பக்கத்தை (http://www.facebook.com/EQUALGROUND) " லைக் " செய்வதன் மூலமாக, அல்லது 011-5679766 / 011-5734530 ஆகிய எமது தொலைபேசி இலக்கங்களுக்கு அழைப்பு விடுப்பதன் மூலமாக நீங்கள் எம்மை தொடர்பு கொள்ள முடியும். மாற்று வெளிப்பாடாக, இணையம் ஆனது, அட்வகேட்ஸ் /போர் யுத் (http://www.advocatesforyouth.org/) சர்வதேச அமைப்புகளுக்கு ஒரு தாங்கி ஆக இருக்கின்றது. அட்வகேட்ஸ் /போர் யுத் ஆனது இளைஞர்களுக்காகவும் இளைஞர்களாலுமான இணையத்தளங்களை கொண்டுள்ளது. யுத் ரெசோர்ஸ் (www.youthresource.com) ஐ. ஜி. எல். வை. ஓ. (http://www.iglyo.com/) மற்றும் ஸ்டொப் புல்லியிங் நௌ (http://stopbullyingnow.com/lgbt-youth/) ஆகியவை பிற இணையத்தளங்கள் ஆகும்.

நீங்கள் இந்த இணையத் தளங்களுக்குச் சென்று பார்வையிட விரும்பலாம். எல். ஜி. பி. டி. ஐ. க்யூ இன் ஆயிரக்கணக்கான இணையோர் இவற்றுக்கு மாதா மாதம் வருகை தந்து பார்வை இடுகின்றனர் அவர்களில் பெரும்பான்மையானோர் மீள மீள அடிக்கடி பார்வையிடுவதற்காக வருகின்றனர்.

அல்லது, கொழும்பில் உள்ள ஈக்குவல் கிரவுண்ட் இன் எல். ஜி. பி. டி. இளையோர் குழுவிற்கு நீங்கள் வர விரும்பலாம் அல்லது இணைந்து கொள்ள விரும்பக் கூடும். அத்துடன் உங்களைப்பற்றியும் உங்களைப் போன்று உள்ள மற்றவர்களைப் பற்றியும் கற்க நீங்கள் விரும்பக் கூடும்.

இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு உள்ளோர் நீங்கள் செல்லும் அனைத்து இடங்கள் தோறும் உள்ளனர் என்பதை நீங்கள் சற்று ஞாபகப்படுத்தி நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். விரைவாகவோ அல்லது தாமதமாகவோ,நீங்கள் எண்ணுவதை ஒத்த எண்ணங்களில் சிலவற்றைக் கொண்ட யாரையாவது சந்திப்பீர்கள். அவர்கள் ஒத்த அநுபவங்களையும் கொண்டிருப்பார்கள்.

நீங்கள் மட்டுமே இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஆர்வம் கொண்ட ஒரு தனி நபர் அல்ல என்பதை நீங்கள் உணர வேண்டும். அதுவே உங்களை நீங்கள் விரும்பச் செய்வதை மென் மேலும் எளிதானதாக ஆக்கும்.

நான் இந்த வாழ்வின் பகுதியை தேர்ந்து எடுத்து உள்ளேன் என நான் நினைக்கிறேன்.நான் எந்தப் பால் நிலை கொண்டோருடன் விருப்பம் கொள்ள வேண்டும் என என்னால் தெரிவு செய்ய முடியாது உள்ளது. ஏனெனில் நான் இரு பால் இனத்தவரையும் விரும்புகின்றேன். எனவே நான் தற்போது நான் நானாக இருக்கும் நிலைக்காக என்னை விரும்புகின்றேன்.

செஷாத்ரி, 20

ஒரு நல்ல வாழ்க்கையினைப் பெறுவதற்காக நான் கடுமையாக உழைக்கின்றேன் நான் எனது வாழ்வில் உண்மையிலேயே சந்தோஷமாக இருக்கின்றேன். எனது சுமைகளைப் பற்றி பெருமளவில் சிந்திக்காமல் இருப்பதற்கு நான் முயற்சி செய்கின்றேன். அதுவே உங்கள் வாழ்க்கையினை வாழ்வதற்கான சிறப்பான வழி ஆகும். அதுவே முழுமையான வாழ்வின் வழி.

அமல், 20

உங்களின் இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடும் தன்மை பற்றிப் பார்க்கும் போது அது மிகவும் சிரமமானதாகவே காணப்படுகின்றது. இலங்கையில் இங்கு நாம் கொண்டிருக்கின்ற கட்டமைப்பில் அது இன்னும் இன்னும் கடினம் நிறைந்ததாகவே காணப்படுகின்றது. எவ்வாறாயினும் பல நபர்கள், அவர்கள் தம் பாலியல் வெளிப்பாட்டினை சாராது, தாம் தாமாக இருக்க கற்பதற்கு சிரமத்தை எதிர் கொள்கின்றார்கள். இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு மற்றும் தன் இனச் சேர்க்கை ஆகியவற்றை புரிந்து கொள்வதில் பல நபர்களும் சிரமத்திற்கு முகம் கொடுக்கின்றார்கள். சமூகத்தில் ஏற்படும் அவமதிப்பின் காரணமாக இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு கொள்ளும் இளையோர் போதைப் பொருளுக்கும் மதுவிற்கும் அடிமை ஆகக் கூடும். சில வேளை தற்கொலைக்கும் முயற்ச்சிக்கக் கூடும். ஏனெனில் அவர்களின் நிலமை ஆனது தாங்க முடியாததாக இருக்கும். இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடு படுகின்ற மில்லியன் கணக்கான பிற நபர்கள் உங்களைப் போன்றவர்களே. அவர்கள் வெற்றிகரமான மகிழ்வு பூண்ட வாழ்வை முன்னெடுத்துச் செல்கின்றார்கள். தகவல் அறிவினை பெற்றுக் கொண்டவர்களாக இருக்கும் நிலமையானது உதவக் கூடியது மற்றும் நீங்கள் தனி நபர் இல்லை என்று தெரிந்து கொள்வதும் உங்களுக்கு உதவக் கூடும். நீங்கள் இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு பற்றி வாசியுங்கள். தகவல்களை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

ஏன் நான் சொல்ல வேண்டும்?

நீங்கள் உங்கள் இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடும் ஆர்வத்தை சௌகரியமாக உணரும் வரை உங்களை வெளிப்படுத்தாது இருப்பதே ஒரு நல்ல ஆலோசனையாகும் என்பதில் எந்த மாற்றுக் கருத்தும் இல்லை. மக்கள் உங்கள் மீது அழுத்தங்களை பிரயோகத்தினாலோ, நீங்கள் உங்களை நிதானமானவராக காட்ட வேண்டும் என்பதாலோ மற்றும் நீங்கள் கட்டாயம் வெளி வர வேண்டும் என நினைத்து நீங்கள் வெளிவந்து விடத் தேவையில்லை. இதைப் பற்றி யோசியுங்கள். மூடிய அறைக்குள் இருப்பதற்கான இக் காரணங்கள் தவறாகவும் இருக்கக் கூடும். உங்களுடைய சொந்த வேகத்தில் இதை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். இது பிற நபர்களைப் பற்றியதானதல்ல. உங்களைப் பற்றி மட்டும் ஆனதாகும். வெளி வருதல் என்பது மிகுந்த விடுதலை உணர்வை அளிக்கலாம் மற்றும் வலுவூட்டலாம். ஆனால் அது சில வேளைகளில் பாதகமாகவும் இருக்கக் கூடும். இலங்கையில் காணப்படும் ஓரினச் சேர்க்கையாளர்களுக்கு எதிரான சமூக மற்றும் பண்பாட்டு தன்மை இதற்க்கு காரணமகலாம்.

எனக்கு முதலில் எந்த ஒரு யோசனையும் இருக்கவில்லை. நான் ஒருவருக்கும் சொல்லவில்லை. நான் என்னால் முடிந்த சிறந்த வழியில் சாதாரணமானவனாக வாழ்வதற்கு முயன்றேன். நான் மக்களுக்கு இதைப் பற்றிச் சொன்னால் அத்தருணத்தில் பாதிப்பிற்கு உள்ளாவேன் என உணர்ந்தேன். இதன் காரணமாக, நான் எனக்குள்ளேயே என் இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபடும் ஆர்வத்தினை வைத்துக் கொண்டேன் அத்துடன் நான் இப்போது மகிழ்ச்சியாக இருக்கின்றேன்.

ஷேஸ்ரி, 22

நான் சௌகரியமாக உணரும் என் வயது நண்பர்களிடம் இதைப் பற்றிக் கூறினேன். அத்துடன் அது ஒரு நல்ல முடிவு என்பதை உணர்ந்தேன். முன்னர் இருந்ததைப் போல் அல்லாது அவர்களிடம் மறைப்பதற்கு என்னிடம் எந்த இரகசியங்களும் இல்லை. அவர்கள் மத்தியில் நான் நானாக இருப்பதற்கு இது சூழ்நிலையினை எளிதாக்கியது. அத்துடன் ஒரு கருத்தரங்க முறைமையில் என்னையும் எனது எண்ணங்களிலாலான அபிப்பிராயங்களையும் வெளிப்படுத்துவதற்கு அது உதவியது.

காஞ்சனா, 21

உங்களுடைய சொந்த பாலியல் தன்மை பற்றிப் பார்க்கும் போது அது மிகவும் கடினமானதாகவே இருக்கும். உங்களைப்பற்றி உங்களிடம் சொல்லிக் கொள்வதே மிகவும் கடினமானது ஆகும்! நீங்கள் தயாராக உள்ளீர்கள் என எண்ணும் போது மட்டுமே நீங்கள் பிறருக்குச் சொல்லுங்கள். அது எப்போதும் எளிதாக இருக்காது. சில மக்கள் அதனை மிக மதிப்புடன் அணுகக் கூடும். நீங்கள் முன்னர் எண்ணிய வண்ணமே, பிறரால் இந்தத் தகவலை கையாள இயலாமல் போகக் கூடிய சாத்தியங்கள் உள்ளன.

சில வேளைகளில், புரிந்து கொள்வார்கள் என நீங்கள் நினைக்கும் யாருடனாவது உங்கள் பாலியல் தன்மை பற்றி பேசுவது எளிதாக இருக்கக் கூடும். அவர்கள் உங்கள் நண்பராக இருக்கலாம். சகோதரராக இருக்கலாம். பெற்றோராக இருக்கலாம். அல்லது உங்களின் நம்பிக்கைக்கு உகந்த வயது வந்தோராக இருக்கலாம். எல். ஜி. பி. டி. ஐ. க்யூ ஆலோசனை அளிப்புச் சேவை துரித எண் ஊடாக அல்லது இளையோர் குழுக்கள் ஊடாக நீங்கள் உரையாடுவதற்கான நபர் ஒருவரை கண்டு கொள்ளலாம். உங்களின் பாலியல் தன்மை பற்றிப் பேசுகையில் உங்களுக்கு ஆதரவு உள்ளதா என்பதை உறுதிப்படுத்த வெளிவந்து பார்ப்பது உதவக் கூடும். பிறர் உங்களைப் புரிந்து கொள்வதை நீங்கள் அறியும் போது, நீங்கள் உணரும் விடுதலை உணர்வில் நீங்கள் ஆச்சரியமும் அடையக் கூடும்.

மேலதிகமாக, ஈக்குவல் கிரவுண்ட் பல வெளியீடுகளைக் கொண்டு உள்ளது. “நிழல்களில் இருந்து வெளி வருதல்: மாற்று பாலியல் வெளிப்பாடுகள் மற்றும் பால் நிலை அடையாளங்கள் கொண்ட குழந்தைகளின் பெற்றோர்களுக்கானது ” என்பது அவற்றில் ஒன்று. உங்களது பாலியல் வெளிப்பாடு பற்றி பெற்றோர்கள் மற்றும் பிறருக்கு அறிவேற்படுத்தல் மற்றும் தகவலளித்தல் ஆகியனவற்றுடன் அவர்களிடம் உங்களை வெளிப்படுத்த விரும்பும் உங்களுக்கு அது உதவும்.

எவ்வாறு நான் பிற இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஈடுபாடு கொண்டோரை சந்திப்பது?

இது நம்புவதற்கு சிரமமாக இருக்கக் கூடும். ஆனால், இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஆர்வம் கொண்டோர் உங்களைச் சூழ எல்லா இடங்களிலும் இருக்கின்றார்கள். எவ்வாறு நீங்கள் அவர்களைச் சந்திக்கலாம்?

உங்களைப் போன்றவர்களைச் சந்திக்க சிறந்த வழி என்ன என்றால், அது உங்கள் பிரதேசத்தில் உள்ள எல். ஜி. பி. டி. ஐ. க்யூ சமூகத்தின் இளைஞர் குழுவில் உறுப்பினர் ஆக இருப்பதே அதுவாகும்.

ஈக்குவல் கிரவுண்ட் ஆனது இளம் பெண் - ஓரினச் சேர்க்கை ஆர்வம் உடையோர், ஆண் - - ஓரினச் சேர்க்கை ஆர்வம் உடையோர், இரு பால் இனச் சேர்க்கையில் ஆர்வம் உடையோர், மாற்றும் பால் இனத்தவர், உள் பாலியல் ஆர்வம் உள்ளோர் அல்லது கேள்வி விடுக்கும் நபர்கள் (எல். ஜி. பி.டி. ஐ. க்யூ) இணையோர் ஆகியோருக்கு ஒளியை வழங்குகின்றது. அவ்வெளி ஆனது குழுக் கூட்டங்கள், அனுபவம் மற்றும் தகவல் பகிர்வு மற்றும் பாலியல் தன்மை, பால் நிலை அடிப்படையிலான வன்முறை, மனித உரிமைகள், எச். ஐ. வி. / எயிட்ஸ் மற்றும் இது போன்ற ஏற்புடைய விடையப் பரப்புகள் சார் பட்டறைகளை நடத்தல் ஆகியவற்றுக்கு உதவுகின்றது. மேலும் ஈக்குவல் கிரவுண்ட் ஆனது, இளம் எல். ஜி. பி. டி. ஐ. க்யூ. நபர்களுக்கு கிராமப் புறப் பகுதிகளில் சமூக வெளிப்படுத்தல் வேலைகள் நடத்த இடம் அளிக்கின்றது. இதன் மூலமாக உங்களைப் போன்ற மற்றவர்களுக்கும் இன்னொருவரை தேடும் வாய்ப்பை அளித்து உற்சாகப் படுத்துகின்றது. மேலதிக தகவல்களுக்காக நீங்கள் ஈக்குவல் கிரவுண் அமைப்பிற்கு தொலைபேசி ஊடாக அழைக்கலாம் அல்லது மின்னஞ்சல் செய்யலாம். இந்த நூலிற்காக அவர்களின் வெளியீடுகளின் பகுதிகளை அளித்தமைக்காக அட்வகேட்ஸ் ∴போர் யுத்ஸ் அமைப்பிற்கு எமது விசேட நன்றிகள் உரித்தாகட்டும்.

அசலானது அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த ஏற்வகேட் போ யுத் (Advocates for Youth, U.S.A.) நிறுவனத்திலிருந்து அவர்களின் அனுமதியுடன் ரொசானா பிலமர் கல்தேர அவர்களினால் எடுக்கப்பட்டது

எழுத்தாக்கம் - ரொசானா பிலமர் கல்தேர
எடுத்துக்காட்டுகள் -இசுரு, இசுரு கலையகம்
தயாரிப்பு , வடிவமைப்பு மற்றும் கலைப்பணிகள் - ஊடக மற்றும் தொடர்பாடல் பிரிவு, ஈகுவல் கிரவுண்ட்
அச்சு - சமயவர்தன பிரிண்டர்ஸ்
அசல் உரை - அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த ஏற்வகேட் போ யுத் (Advocates for Youth, U.S.A.)
பதிப்பு: 2015

அமெரிக்காவைச் சேர்ந்த ஏற்வகேட் போ யுத் நிறுவனம் அவர்களினது வெளியீட்டை மீழ் வெளியீடு செய்வதற்கு அனுமதித்தற்காக ஈகுவல் கிரவுண்டானது அதன் நன்றியை அந்நிறுவனத்திற்கு தெரிவிக்கின்றது:

வெளியீட்டுக்கான உதவி

Activity supported by the Canada Fund for Local Initiatives
Activité réalisée avec l'appui du Fonds canadien d'initiatives locales
Canada

EQUAL GROUND

“அனைத்து பாலியல் நாட்டத்திற்கும் மற்றும் பாலின அடையாளங்கலுக்கும் ஒரே சமத்துவம் : எல்லோருக்கும் மனித உரிமைகள்”

தொடர்புகளுக்கு:

EQUAL GROUND,இலங்கை
தொ.பே: +94-11-2805187/+94-11-2806184
தொ.நகல்: +94-11-2805704
மின்னஞ்சல்: equalground@gmail.com/info@equal-ground.org
இணையம் : http://www.equal-ground.org
பேஸ்புக்: EQUAL GROUND
இணைய வலைப்பதிவு: http://equalground.wordpress.com